***Способы регулирования конфликтов***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Стиль** | **Сущность**  **стратегии** | | **Условия эффективного применения** | **Недостатки** |
| 1 | Конкуренция  (соревнование) | Стремление добиться своего в ущерб другому | | Исход очень важен. Обладание определенной властью. Необходимость срочного решения | При поражении - неудовлетворенность; при победе – чувство вины; непопулярность; испорченные отношения |
| 2 | Избегание  (уклонение) | Уход от ответственности за решения | | Исход не очень важен. Отсутствие власти, сохранение покоя и желание выиграть время | Переход конфликта в скрытую форму |
| 3 | Приспособление | Сглаживание разногласий за счёт собственных интересов | | Предмет разногласия более важен для другого. Желание сохранить мир. Отсутствие власти | Вы уступили. Решение откладывается |
| 4 | Компромисс | Поиск решений за счёт взаимных уступок | | Одинаковая власть. Взаимоисключающие интересы | Получение только половины ожидаемого. Причины конфликта полностью не устранены |
| 5 | Сотрудничество | | Поиск решения, удовлетворяющего всех участников | Есть время. Решение важно обеим сторонам. Четкое понимание точки зрения другого. Желание сохранить отношения | Временные и энергетические затраты. Не гарантированность успеха |